



6.21 Talkshow



Erik Brinkmann, 30 Jahre, Berater in der Suchtfachstelle

Er findet, dass Jugendliche lernen müssen, kompetent mit Medien umzugehen. Sie brauchen Regeln im Umgang mit den neuen Medien. Eltern müssen mit ihnen in Kontakt bleiben und kontrollieren, ob sie die Regeln einhalten. Es ist wichtig, alternative Freizeitmöglichkeiten zu fördern.



Moderatorin/Moderator (mögliche Fragen an Erik Brinkmann)

- * Wie erklären Sie aus fachlicher Sicht die Entwicklung von exzessivem oder süchtigem Verhalten in Bezug auf die neuen Medien?
- * Was kann man dagegen tun?
- * Was brauchen Sie an Unterstützung?
- * Wie können Eltern oder Lehrkräfte darauf aufmerksam werden?



6.21 Suchttrichter

Ziel	Sensibilisierung für Anfänge von Suchtentwicklungen, Gefährdungen und Suchtverhalten erkennen
Material	Arbeitsblätter „Suchttrichter“, Fallbeispiele, Kreppband oder Seil, Moderationskarten
Zeit	ca. 20 Minuten
Vorbereitung	Drei Kärtchen mit der Aufschrift „unproblematische Mediennutzung“, „riskante Mediennutzung“ und „exzessive/pathologische Mediennutzung“, Fallbeispiele ausdrucken
Kurzbeschreibung	Anhand von Fallbeispielen unterscheiden lernen zwischen Genuss, unproblematischem Konsum, problematischem Konsum und Sucht
Durchführung	<p>Mit einem Kreppband oder Seil wird ein Trichter auf dem Boden markiert. In den weiten Teil des Trichters legt man das Kärtchen mit der Aufschrift „unproblematische Mediennutzung“, in die Mitte das Kärtchen „riskante Mediennutzung“ und in den sich verengenden Teil das Kärtchen mit der Aufschrift „exzessive/pathologische Mediennutzung“.</p> <p>Die Teilnehmenden sortieren die Fallbeispiele in den Trichter ein.</p> <p>Quelle: Aktion Jugendschutz, Landesarbeitsstelle Bayern e. V.</p>
Variante	<p>Die Teilnehmenden erhalten vorab eine rote und eine grüne Moderationskarte. Die Gruppenleitung liest eines der Fallbeispiele vor, zu der sich die Mitspielerinnen und Mitspieler mit Hilfe ihrer Karten positionieren müssen. Auf ein Kommando ziehen alle eine der beiden Karten und halten sie in die Höhe. Wenn sich eine Person mit der Aussage einverstanden erklärt und die Einstellung teilt, wird die grüne Karte gezückt. Falls jemand der Ansicht widersprechen und eine andere Position beziehen will, wählt er oder sie die rote Karte. Sind die Entscheidungen gefallen, sollen einzelne Teilnehmende zu den Motiven ihrer Wahl befragt werden. Dabei sollte die Gruppenleitung darauf achten, dass verschiedene Haltungen zum Ausdruck kommen.</p> <p>(Diese Quelle gehört zu: Let's play Fachverband Medienabhängigkeit & Drogenhilfe Köln)</p>



„Videospiele machen mir
einfach riesigen Spaß.“



„Nach einem stressigen
Schultag setze ich mich
erstmal an den Computer,
um zu relaxen.“



„Wenn ich länger mal nicht an
den Rechner kann, werde
ich echt unruhig.“



„Wenn ich nur kurz eine Stun-
de am Smartphone daddeln
will, werden auch mal vier
Stunden daraus.“



„Seitdem ich die neue Spiele-
konsole habe, sind meine
Noten schlechter geworden.“



„Ständig gibt es Stress in der
Familie wegen TikTok.“



„Am Handy wird mir
nie langweilig.“



„In meinem Clan bin ich der
beste Scharfschütze.“



„Ich treffe mich lieber im realen Leben mit meinen Freunden als online.“



„Ich chatte gerne mit meinen Freunden und finde es toll, neue Leute kennenzulernen.“



„Ich lüge meine Freunde an, damit ich mehr bei Instagram sein kann.“



„Meine Online-Freunde sind mir wichtiger als die Leute im Real-Life.“



„Wenn meine Freundin fragt, ob wir rausgehen, sag ich ihr ab. Ich chatte dann lieber.“



„Es gibt nichts Wichtigeres mehr für mich als meinen Computer.“



„Am liebsten zocke ich online mit meinen Freunden.“



„Auch wenn ich mir vornehme, früh ins Bett zu gehen, hänge ich noch bis spät im Netz.“



„Ich lasse das Smartphone nachts an, damit ich bloß keine Neuigkeiten verpasse.“



„Im Unterricht kann ich mich öfter nicht konzentrieren, weil mir das letzte Game noch durch den Kopf geht.“



„Ich mache gern schöne Fotos und freue mich über nette Kommentare.“



„Ich finde es traurig, wenn meine Freunde ein neues Bild nicht liken.“



„Ich mag Online-Rollenspiele.
Da kann ich mal jemand
anderes sein.“



„Zocken macht Spaß, aber
im Sportverein kann ich mich
auch gut abreagieren.“



„Den Messenger benutze ich
am liebsten, um mich draußen
mit meinen Freunden
zu verabreden.“



„Wenn ich will, kann ich mein
Smartphone auch einfach
abschalten.“



„Meine Freizeit verbringe ich auch mit anderen Dingen als dem Computer.“



„Wenn ich die neuesten Posts nicht gelesen habe, kann ich am nächsten Tag nicht mitreden.“



„Meine beste Freundin ist weggezogen. Über Social Media kann ich am besten Kontakt halten.“



„Es gibt noch andere wichtige Sachen im Leben außer dem Computer.“



„Manchmal ist mir richtig
schlecht vom vielen
Videospielen.“



„Wenn ich mal neue
WhatsApp-Nachrichten nicht
checken kann, werde ich
echt nervös.“

